

Согласовано

ООО "Комфорт"

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Гимназия Арт-Этюд

Директор

Поматилов С. С.

Меню на 19 ноября 2025 года\*

Семёнова А.А.

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры					
<b>Комплекс №1 Завтрак 1-4 классы</b>						
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40
9,98	10,81	43,48	308,26	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20
<i>Итого за Комплекс</i>						108,64
<b>Комплекс №2 Комплекс за родительскую плату 1-4 классы</b>						
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40
<i>Итого за Комплекс</i>						162,95
<b>Комплекс №3 Завтрак 5-11 классы</b>						
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40
1,54	0,60	10,02	54,00	11/51	Какао с молоком	200
0,56	0,28	13,72	59,64	-	Хлеб вит. ржаной	40
<i>Итого за Комплекс</i>						128,56
<b>Комплекс №4 Комплекс за родительскую плату 5-11 классы</b>						
14,10	21,10	6,00	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100
5,33	10,75	13,58	171,67	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250
28,25	12,25	19,75	305,00	8/27	Плов со свининой и куркумой	250
0,14	0,10	1,50	83,96	11/53	Напиток из плодов шиповника	200
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	50
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	50
<i>Итого за Комплекс</i>						192,84
<b>Комплекс №5 Двухразовое питание 5-11 классы</b>						
<b>Завтрак</b>						
5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40
1,54	0,60	10,02	54,00	11/51	Какао с молоком	200
0,56	0,28	13,72	59,64	-	Хлеб вит. ржаной	40
<i>Итого за Комплекс</i>						321,40
<b>Комплекс №6 Двухразовое питание 1-4 классы</b>						
<b>Завтрак</b>						
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40
9,98	10,81	43,48	308,26	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20
<i>Итого за Комплекс</i>						35,85
<b>Обед</b>						
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	200
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	40
<i>Итого за Комплекс</i>						34,80
<b>Обед</b>						
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	200
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	40

					Итого за Комплекс		271,59
<b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
5,10	4,60	0,30	63,00	4*57	Яйцо отварное 1 шт.	50	108,64
5,64	11,41	36,16	268,75	2/72 (МР 2.4.0162-19 № 54-26к-2020)	Каша вязкая пшеничная на воде с растительным маслом	200	
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
3,08	1,20	21,32	107,81	-	Батон пшеничный	40	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	40	
					<i>Итого за Комплекс</i>		<i>108,64</i>
<b>Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	80	162,95
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	20	
					<i>Итого за Комплекс</i>		<i>162,95</i>
<b>Полдник</b>							
6,38	5,75	0,38	78,75	4*57	Филе куриное тушеное с овощами	100	100,00
3,50	2,70	22,40	131,00	5*54	Макаронные изделия отварные	150	
3,30	4,20	21,15	138,00	5*58	Чай лимонный	200	
1,98	0,18	14,04	67,20	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	20	
					<i>Итого за Комплекс</i>		<i>100,00</i>
<b>Комплекс №1 Альтернативное меню</b>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	108,64
9,98	10,81	43,48	308,26	2/64	Каша жидккая пшеничная с маслом сливочным	210	
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
					<i>Итого за Комплекс</i>		<i>108,64</i>
<b>Комплекс №2 Альтернативное меню</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	162,95
4,27	22,10	22,87	154,40	6*2	Суп-пюре гороховый с гренками	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	
					<i>Итого за Комплекс</i>		<i>162,95</i>
<b>Комплекс №12 5-11 классы</b>							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	200	162,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	
0,18	0,04	13,75	53,14	11*56	Чай с сахаром	200	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб вит. пшеничный	50	
3,30	0,60	20,85	96,69	-	Хлеб вит. ржаной	50	
					<i>Итого за Комплекс</i>		<i>162,00</i>
<b>ГПД СВО</b>							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	130,88
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
					<i>Итого за Комплекс</i>		<i>130,88</i>

Заведующий производством

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 16

Меню на 19 ноября 2025 года\*

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 16

Тимошкина А.С.

Пищевые вещества		Kкал	№ ТТК	Наименование блюд		Выход, г	Цена, руб		
<b>Белки Жиры Углеводы</b>									
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>									
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	35,85		
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидккая пшеничная с маслом сливочным	210	40,02		
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34		
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	15,63		
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80		
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64		
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>									
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	23,48		
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00		
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	81,67		
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60		
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60		
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60		
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95		
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>									
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17		
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69		
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60		
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50		
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60		
<i>Итого за Комплекс</i>							128,56		
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>									
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55		
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00		
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69		
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60		
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50		
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50		
<i>Итого за Комплекс</i>							192,84		
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>									
<b>Завтрак</b>									
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	35,85		
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	40,02		
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34		
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	15,63		
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80		
<b>Обед</b>									
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	23,48		
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00		
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	81,67		
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60		
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60		
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60		
<i>Итого за Комплекс</i>							271,59		

**Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы****Завтрак**

5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	43,28
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	45,50
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	20,84
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

**Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

**Итого за Комплекс**

321,40

**Комплекс №5 5-11 классы**

0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

**Итого за Комплекс**

128,56

**Комплекс №6 Булочка 1-11 классы**

3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	42,00
					<b>Итого за Комплекс</b>		42,00

**Комплекс №7 Суп 1-11 классы**

4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
					<b>Итого за Комплекс</b>		42,00

**Комплекс №9 5-11 Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

**Итого за Комплекс**

192,84

**Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	108,64
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным без сахара	200	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	40	

**Итого за Комплекс**

108,64

**Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)**

6,35	5,75	0,35	78,48	4/57	Яйцо отварное	50	108,64
5,64	11,41	36,16	268,75	2/72 (МР 2.4.0162-19 №	Каша вязкая пшеничная на воде с растительным маслом	200	
0,16	0,00	11,16	44,80	11.8)	Соус из голубики	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	

**Итого за Комплекс**

108,64

**Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200

0,24	0,05	0,30	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	
							162,95
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
<b>Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	80	
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
				-	Хлеб вит. ржаной	40	
							162,95
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
<b>Комплекс №13 горячее, суп, булочка</b>							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	70	20,68
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	81,67
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	42,00
1,65	0,30	8,35	48,25	-	Хлеб вит. ржаной	25	2,25
1,32	0,12	9,36	44,80	-	Хлеб вит. пшеничный	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							199,00
<b>Комплекс №8 (меню свободного выбора)</b>							
28,25	12,25	19,75	305,00	9*60	Шницель из курицы	100	
2,46	2,32	25,85	134,19	5*56	Гречка с овощами	150	
2,00	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	
<i>Итого за Комплекс</i>							166,00
<b>Комплекс №16 (меню свободного выбора)</b>							
13,90	12,50	3,80	184,00	8*12	Люля-кебаб	100	
2,22	4,38	16,97	121,10	5*51	Картофель по-деревенски	150	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай с сахаром	200	
<i>Итого за Комплекс</i>							166,00
<b>ГПД СВО</b>							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	
<i>Итого за Комплекс</i>							220,51

Заведующий производством \_\_\_\_\_ Плоп С.Г.

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 17

Меню на 19 ноября 2025 года\*

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 17

Нестерова Л.А.

Пищевые вещества			Kкал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	35,85
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидккая пшеничная с маслом сливочным	210	40,02
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	15,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	23,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	81,67
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							128,56
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							192,84
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	35,85
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	40,02
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	15,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<b>Обед</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	23,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	81,67
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							271,59

**Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы****Завтрак**

5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	43,28
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	45,50
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	20,84
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

**Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

*Итого за Комплекс*

321,40

**Комплекс №5 5-11 классы**

0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

*Итого за Комплекс*

128,56

**Комплекс №6 Булочка 1-11 классы**

3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00

**Комплекс №7 Суп 1-11 классы**

4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00

**Комплекс №9 5-11 Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

*Итого за Комплекс*

192,84

**Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным без сахара	200	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	40	

*Итого за Комплекс*

108,64

**Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)**

6,35	5,75	0,35	78,48	4/57	Яйцо отварное	50	
5,64	11,41	36,16	268,75	2/2 (MP 240162_19 №)	Каша вязкая пшенная на воде с растительным маслом	200	
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	

*Итого за Комплекс*

108,64

**Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	

*Итого за Комплекс*

162,95

**Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)**

2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	80	
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
				-	Хлеб вит. ржаной	40	

162,95

<i>Итого за Комплекс</i>		162,95					
<b>Комплекс №10 Суп 1-11 классы</b>							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
1,32	0,12	9,36	44,80	-	Хлеб вит. пшеничный	20	1,80
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>		54,20					
<b>Комплекс №11 Булочка 1-11 классы</b>							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	42,00
5,28	11,09	47,35	310,29	13*13	Напиток в ассортименте	200	8,00
<i>Итого за Комплекс</i>		50,00					
<b>Комплекс №8 ГПД Суп 1-4 классы</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	23,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	81,67
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>		162,95					
<b>ГПД СВО</b>							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>		130,88					

Заведующий производством \_\_\_\_\_ Кузин Е.Е.

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 19

Меню на 19 ноября 2025 года\*

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 19

Белова С.А.

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры					
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>						
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20
					<i>Итого за Комплекс</i>	108,64
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>						
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40
					<i>Итого за Комплекс</i>	162,95
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>						
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40
					<i>Итого за Комплекс</i>	128,56
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>						
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50
					<i>Итого за Комплекс</i>	192,84
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>						
<b>Завтрак</b>						
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20
<b>Обед</b>						
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40
					<i>Итого за Комплекс</i>	271,59

**Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы****Завтрак**

5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	43,28
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	45,50
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	20,84
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

**Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

**Итого за Комплекс**

321,40

**Комплекс №5 5-11 классы**

0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

**Итого за Комплекс**

128,56

**Комплекс №6 Булочка 1-11 классы**

3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	42,00
					<b>Итого за Комплекс</b>		42,00

**Комплекс №7 Суп 1-11 классы**

4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
					<b>Итого за Комплекс</b>		42,00

**Комплекс №9 5-11 Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

**Итого за Комплекс**

192,84

**Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным без сахара	200	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	40	

**Итого за Комплекс**

108,64

**Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)**

6,35	5,75	0,35	78,48	4/57	Яйцо отварное	50	
5,64	11,41	36,16	268,75	2/72 (МР 240162_10 №	Каша вязкая пшеничная на воде с растительным маслом	200	
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	

**Итого за Комплекс**

108,64

**Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	

2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	
							162,95
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
<b>Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	80	
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
				-	Хлеб вит. ржаной	40	
							162,95
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
<b>Комплекс №13 ГПД с супом и булочкой</b>							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	210	86,40
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	42,00
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
1,98	0,36	10,02	57,90	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							188,00
<b>ГПД СВО</b>							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							130,88

Заведующий производством \_\_\_\_\_ Ветрова И.В.

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 64

Меню на 19 ноября 2025 года\*

## Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 64

Бурляева Н.Н.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	35,85
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	40,02
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	15,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	23,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	81,67
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							128,56
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							192,84
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	35,85
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	40,02
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	15,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<b>Обед</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	23,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	81,67
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							271,59

**Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы**
**Завтрак**

5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	43,28
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	45,50
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	20,84
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

**Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

Итого за Комплекс

321,40

**Комплекс №5 5-11 классы**

0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

Итого за Комплекс

128,56

**Комплекс №6 Булочка 1-11 классы**

3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	42,00
					Итого за Комплекс		42,00

**Комплекс №7 Суп 1-11 классы**

4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
					Итого за Комплекс		42,00

**Комплекс №9 5-11 Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

Итого за Комплекс

192,84

**Комплекс №8 Напиток 1-11 классы**

5,28	11,09	47,35	310,29	13*13	Напиток в ассортименте	200	5,80
					Итого за Комплекс		5,80

**Комплекс №16 1-4 классы 2 смены**

2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	23,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	81,67
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

Итого за Комплекс

162,95

**ГПД СВО**

4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	

Итого за Комплекс

130,88

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 85

Меню на 19 ноября 2025 года\*

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 85

Ващук Н.А.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	35,85
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	40,02
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	15,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	23,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	81,67
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							128,56
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							192,84
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	35,85
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	40,02
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	15,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<b>Обед</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	23,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	81,67
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							271,59

**Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы****Завтрак**

5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	43,28
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	45,50
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	20,84
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

**Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

**Итого за Комплекс**

321,40

**Комплекс №5 5-11 классы**

0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

**Итого за Комплекс**

128,56

**Комплекс №6 Булочка 1-11 классы**

3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	42,00
					<b>Итого за Комплекс</b>		42,00

**Комплекс №7 Суп 1-11 классы**

4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
					<b>Итого за Комплекс</b>		42,00

**Комплекс №9 5-11 Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

**Итого за Комплекс**

192,84

**Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным без сахара	200	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	40	

**Итого за Комплекс**

108,64

**Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)**

6,35	5,75	0,35	78,48	4/57	Яйцо отварное	50	
5,64	11,41	36,16	268,75	2/72 (МР 240162_10 №	Каша вязкая пшеничная на воде с растительным маслом	200	
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	

**Итого за Комплекс**

108,64

**Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	

2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	
							162,95
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
<b>Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	80	
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
				-	Хлеб вит. ржаной	40	
							162,95
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
<b>Комплекс №10 Полдник</b>							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	42,00
5,28	11,09	47,35	310,29	13*13	Напиток в ассортименте	200	8,00
<i>Итого за Комплекс</i>							50,00
<b>ГПД СВО</b>							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							130,88

Заведующий производством \_\_\_\_\_ Зарипова А.А.

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Меню на 19 ноября 2025 года\*

Согласовано

Директор МАОУ лицей № 109

Чудинова С.С. |

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд		Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры			Углеводы			
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							128,56
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							192,84

**Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы**
**Завтрак**

5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	43,28
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	45,50
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	20,84
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

**Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
					<i>Итого за Комплекс</i>		321,40

**Комплекс №5 5-11 классы**

0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
					<i>Итого за Комплекс</i>		128,56

**Комплекс №6 Булочка 1-11 классы**

3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочное изделие в асс.	70	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00

**Комплекс №7 Суп 1-11 классы**

4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00

**Комплекс №9 5-11 Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
					<i>Итого за Комплекс</i>		192,84

**Комплекс №15 (меню свободного выбора)**

13,90	12,50	3,80	184,00	8*12	Свинина запеченная под сыром с овощами	100	
2,80	2,00	25,00	129,20	9*60	Гречка с овощами	150	
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	166,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		166,00

**Комплекс №16 (меню свободного выбора)**

13,90	12,50	3,80	184,00	8*12	Биточек куриный	100	
2,22	4,38	16,97	121,10	5*51	Рис с овощами	150	
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	166,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		166,00

**Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	50	
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным без сахара	250	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	20	128,56
					<i>Итого за Комплекс</i>		128,56

**Комплекс №2 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	50	192,84
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	50	
					<i>Итого за Комплекс</i>		192,84

## Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 109

Меню на 19 ноября 2025 года\*

Согласовано

Директор МАОУ лицей № 109

Меню на 19 ноября 2025 года\*

Чудинова С.С. |

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	35,85
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	40,02
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	15,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	23,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	81,67
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	35,85
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	40,02
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	15,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<b>Обед</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	23,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	81,67
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							271,59

Комплекс №6 Булочка 1-11 классы								
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Bулочное изделие в асс.	90	42,00	
					Итого за Комплекс		42,00	
Комплекс №7 Суп 1-11 классы								
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00	
					Итого за Комплекс		42,00	
Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)								
4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45		
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидккая пшеничная с маслом сливочным без сахара	200		
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200		
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20		
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	40		108,64
					Итого за Комплекс		108,64	
Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)								
6,35	5,75	0,35	78,48	4/57	Яйцо отварное	50		
5,64	11,41	36,16	268,75	2/72 (МР 240162-19 №)	Каша вязкая пшеничная на воде с растительным маслом	200		
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40		
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200		
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20		108,64
					Итого за Комплекс		108,64	
Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)								
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80		
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250		
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200		
0,24	0,05	0,30	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	200		
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40		
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40		162,95
					Итого за Комплекс		162,95	
Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)								
2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	80		
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250		
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200		
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200		
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40		
				-	Хлеб вит. ржаной	40		162,95
					Итого за Комплекс		162,95	
Комплекс №10 ГПД (булочка + чай)								
5,76	5,44	33,12	210,40	13*52	Булочное изделие в асс.	90	42,00	
5,28	11,09	47,35	310,29	13*13	Напиток в ассортименте	200	8,00	
					Итого за Комплекс		50,00	
Комплекс №16 Обед за родительскую плату (2 смена, 1-4 классы)								
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	23,48	
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	81,67	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60	
					Итого за Комплекс		162,95	
ГПД СВО								
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250		
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200		
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200		
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40		
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40		
					Итого за Комплекс		130,88	

Заведующий производством \_\_\_\_\_ Давтян Н. Г.

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 181

Меню на 19 ноября 2025 года\*

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 181

Корнильцева М.С.

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд		Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры			Углеводы			
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							128,56
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							192,84

**Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы****Завтрак**

5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	43,28
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	45,50
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	20,84
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

**Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

*Итого за Комплекс*

321,40

**Комплекс №5 5-11 классы**

0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

*Итого за Комплекс*

128,56

**Комплекс №6 Булочка 1-11 классы**

3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00

**Комплекс №7 Суп 1-11 классы**

4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00

**Комплекс №9 5-11 Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

*Итого за Комплекс*

192,84

**Комплекс №1 5-11 классы (меню для детей с сахарным диабетом)**

4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	50	
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным без сахара	250	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	40	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	20	

*Итого за Комплекс*

128,56

**Комплекс №2 5-11 классы (безмолочное меню)**

2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	100	
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	

192,84

**Комплекс №8 1-11 классы**

4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	200	33,60
5,76	5,44	33,12	210,40	13*52	Булочка домашняя	100	42,00
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
1,32	0,12	9,36	44,80	-	Хлеб вит. пшеничный	20	1,80

*Итого за Комплекс*

86,00

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 181

Меню на 19 ноября 2025 года\*

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 181

Корнильцева М.С.

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры					
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>						
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20
<i>Итого за Комплекс</i>						108,64
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>						
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40
<i>Итого за Комплекс</i>						162,95
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>						
<b>Завтрак</b>						
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20
<b>Обед</b>						
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40
<i>Итого за Комплекс</i>						271,59

<b>Комплекс №6 Булочка 1-11 классы</b>							
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Bулочка домашняя	100	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00
<b>Комплекс №7 Суп 1-11 классы</b>							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00
<b>Комплекс №1 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>							
4,98	11,60	10,28	166,36	1/51	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	108,64
2,91	6,90	8,07	104,65	2/67	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным без сахара	200	
4,03	3,19	6,87	68,88	11/72 (2014 № 11.8)	Какао с молоком без сахара	200	
2,64	0,48	16,68	77,35	-	Хлеб ржаной	20	
1,00	0,10	19,80	81,00	-	Батон пшеничный	40	
					<i>Итого за Комплекс</i>		108,64
<b>Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
6,35	5,75	0,35	78,48	4/57	Яйцо отварное	50	108,64
5,64	11,41	36,16	268,75	Z/12 (МР 24.01.62.19 №6)	Каша вязкая пшеничная на воде с растительным маслом	200	
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
					<i>Итого за Комплекс</i>		108,64
<b>Комплекс №2 1-4 классы (меню для детей с сахарным диабетом)</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	162,95
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/68	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	
					<i>Итого за Комплекс</i>		162,95
<b>Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	80	162,95
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
				-	Хлеб вит. ржаной	40	
					<i>Итого за Комплекс</i>		162,95
<b>Комплекс №8 1-11 классы</b>							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	200	33,60
5,76	5,44	33,12	210,40	13*52	Булочка домашняя	100	42,00
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
1,32	0,12	9,36	44,80	-	Хлеб вит. пшеничный	20	1,80
					<i>Итого за Комплекс</i>		86,00
<b>ГПД СВО</b>							
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	220,51
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	
3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	
					<i>Итого за Комплекс</i>		220,51

Заведующий производством \_\_\_\_\_ Сыскова А.Р.

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 24

Меню на 19 ноября 2025 года\*

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 24

Порубенко Н.В.

Пищевые вещества		Kкал	№ ТТК	Наименование блюд		Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры	Углеводы					
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	35,85
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидккая пшеничная с маслом сливочным	210	40,02
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	15,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
<b>Комплекс №1 1-4 классы 2 смена</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	23,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	81,67
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							128,56
<b>Комплекс №2 5-11 классы 2 смена</b>							
2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							192,84
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	35,85
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	40,02
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	15,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<b>Обед</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	23,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	81,67
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							271,59

**Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы**
**Завтрак**

5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	43,28
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидккая пшеничная с маслом сливочным	250	45,50
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	20,84
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

**Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

*Итого за Комплекс*

321,40

**Комплекс №5 5-11 классы**

0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

*Итого за Комплекс*

128,56

**Комплекс №6 Булочка 1-11 классы**

3,00	14,28	22,20	225,00	13*52	Булочка домашняя	100	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00

**Комплекс №7 Суп 1-11 классы**

4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00

**Комплекс №9 5-11 Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

*Итого за Комплекс*

192,84

**Комплекс №16 ГПД Суп 1-4 классы**

2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	23,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	81,67
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

*Итого за Комплекс*

162,95

**ГПД СВО**

4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	130,88
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	

*Итого за Комплекс*

130,88

Заведующий производством \_\_\_\_\_

## Согласовано

ООО "Комфорт"

## Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 36

Директор МАОУ СОШ № 36

Поматилов С. С.

Меню на 19 ноября 2025 года\*

Бабушкина А.С.

Меню на 19 ноября 2025 года\*

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд		Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры			Углеводы			
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	35,85
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	40,02
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	15,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>							
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							128,56
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>							
<b>Завтрак</b>							
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40	35,85
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210	40,02
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30	15,63
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	1,80
<b>Обед</b>							
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	23,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	81,67
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							271,59

**Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы****Завтрак**

5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	43,28
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	250	45,50
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	20,84
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

**Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							321,40

**Комплекс №5 5-11 классы**

0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							128,56

**Комплекс №7 Суп 1-11 классы**

4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
<i>Итого за Комплекс</i>							42,00

**Комплекс №9 5-11 Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
<i>Итого за Комплекс</i>							192,84

**Комплекс №1 1-4 классы (безмолочное меню)**

6,35	5,75	0,35	78,48	4/57	Яйцо отварное	50	
5,64	11,41	36,16	268,75	2/72 (МР 2.4.0162-19 № 54-26к-2020)	Каша вязкая пшеничная на воде с растительным маслом	200	
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	
0,18	0,04	13,75	53,14	11/56	Чай с сахаром	200	
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20	
<i>Итого за Комплекс</i>							108,64
							108,64

**Комплекс №2 1-4 классы (безмолочное меню)**

2,08	5,81	6,83	84,08	7/25	Салат из отварной свеклы с яблоками	80	
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
				-	Хлеб вит. ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95

**Комплекс №8 1-4 ГПД с супом**

2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80	23,48
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
12,71	16,36	52,44	433,77	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	81,67
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	3,60
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							162,95

**Комплекс №12 5-11 обед с супом**

4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60
<i>Итого за Комплекс</i>							170,56

**ГПД СВО**

4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	
12,71	16,36	52,44	433,77	9/17	Плов из птицы (филе бедра куриного) с куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	
<i>Итого за Комплекс</i>						130,88	
<i>Итого за Комплекс</i>						130,88	

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилов С. С.

ООО "Комфорт"

МАОУ СОШ № 82

Меню на 19 ноября 2025 года\*

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 82

Туканова Л.А.

Пищевые вещества		Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Белки	Жиры					
<b>Комплекс №1 1-4 классы 1 смена</b>						
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20
<i>Итого за Комплекс</i>						108,64
<b>Комплекс №2 5-11 классы 1 смена</b>						
0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40
<i>Итого за Комплекс</i>						128,56
<b>Комплекс №3 Двухразовое питание 1-4 классы</b>						
<b>Завтрак</b>						
3,84	10,10	9,77	145,38	1*57	Бутерброд с сыром и маслом 20/10/10	40
10,40	11,22	43,70	317,40	2/64	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	210
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200
0,12	0,00	8,37	33,60	12/8	Соус из голубики	30
1,32	0,24	6,68	38,60	-	Хлеб вит. ржаной	20
<b>Обед</b>						
2,08	5,81	6,83	84,08	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	80
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40
<i>Итого за Комплекс</i>						271,59

**Комплекс №4 Двухразовое питание 5-11 классы**
**Завтрак**

5,08	11,55	9,97	164,15	1*51	Бутерброд с сыром и маслом 20/15/10	45	43,28
11,29	10,22	49,15	348,47	2/64	Каша жидккая пшеничная с маслом сливочным	250	45,50
0,16	0,00	11,16	44,80	12/8	Соус из голубики	40	20,84
3,64	2,73	11,30	96,57	11/51	Какао с молоком	200	15,34
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

**Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

*Итого за Комплекс*

321,40

**Комплекс №5 5-11 классы**

0,91	1,23	3,35	25,26	7/52	Горошек консервированный	30	9,17
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	3,60

*Итого за Комплекс*

128,56

**Комплекс №9 5-11 Обед**

2,60	7,26	8,54	105,10	7/34	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	30,55
4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	42,00
17,14	20,70	47,23	542,22	8/27	Плов со свининой и куркумой	250	102,69
0,20	0,10	13,10	56,00	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	8,60
3,30	0,30	23,40	112,00	-	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
3,30	0,60	16,70	96,50	-	Хлеб вит. ржаной	50	4,50

*Итого за Комплекс*

192,84

**Комплекс №15 (меню свободного выбора)**

28,25	12,25	19,75	305,00	9*60	Котлета "Домашняя" (свинина, курица)	100	192,84
1,64	4,48	8,72	81,72	5*40	Рагу овощное	150	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
5,33	10,75	13,58	171,67	6*2	Борщ с морской капустой	250	

*Итого за Комплекс*

192,84

**Комплекс №16 (меню свободного выбора)**

13,90	12,50	3,80	184,00	8*12	Гуляш из курицы (филе куриное)	100	192,84
2,22	4,38	16,97	121,10	5*51	Макароны отварные с маслом	150	
0,20	0,00	13,70	53,00	11*56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	
3,00	14,28	22,20	225,00	13*11	Булочка с корицей	100,00	

*Итого за Комплекс*

192,84

**ГПД СВО**

4,31	6,90	27,60	176,44	6/57	Суп картофельный с бобовыми	250	130,88
12,71	16,36	52,44	433,77	8/27	Плов со свининой и куркумой	200	
0,24	0,05	0,30	55,61	11/53	Напиток из плодов шиповника	200	
2,64	0,24	18,72	89,60	-	Хлеб вит. пшеничный	40	
2,64	0,48	13,36	77,20	-	Хлеб вит. ржаной	40	

*Итого за Комплекс*

130,88

Заведующий производством \_\_\_\_\_